

Консультация «Психологическое здоровье дошкольника»

Цель: систематизировать знания педагогов об особенностях агрессивных проявлений детей дошкольного возраста и о способах их профилактики в условиях ДОУ и семьи.

Оборудование: экран, мультимедийный проектор (Презентация), буклет «Правила взаимодействия с детьми при агрессивных проявлениях»

Ход:

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты, наиболее эффективный и быстрый способ достижения цели.

Поэтому, повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем не только педагогов и психологов, но и для общества в целом. Нарастающая волна детской преступности и увеличение числа детей, склонных к агрессивным формам поведения, выдвигают на первый план задачу изучения агрессивности в дошкольном возрасте, когда эта черта находится в стадии становления и когда еще можно предпринять своевременные корректирующие меры.

Возрастная динамика агрессии соответствует возрастным кризисам в 3-4 года, 6-7 лет и 14-15 лет.

Психологический словарь (под ред. В.П. Зинченко) предлагает следующее определение агрессии: «**Агрессия**» - мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевлённым и неодушевлённым), приносящее физический ущерб людям и вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряжённости, страха, подавленности)».

Однако, агрессивность, по мнению психологов считается нормальным явлением, которое обязательно присутствует в психической жизни каждого ребёнка. Проявление агрессивного инстинкта последовательно разворачивается в каждой стадии развития ребёнка.

Годовалый ребёнок проявляет агрессивность неосознанно. Он может случайно причинить боль взрослому. Ему свойственны кусание, плевание, желание «всё присвоить себе».

На втором году жизни резко возрастает агрессивность ребёнка, проявляется независимость в поведении. Агрессия возникает в ситуациях, когда ограничивают пространство, или как протест против действий взрослых, к чему-либо принуждающих его (обильное насильное кормление, высаживание на холодный горшок, несвоевременное укладывание спать, безжалостная борьба с вредными привычками и др.). Ребёнок начинает делать как бы «назло».

В три года проявляется выраженное стремление к самостоятельности («Я сам»). Добиваясь своего, ребёнок использует любые средства, в том числе и крик, и плач, и капризы, и вспышки ярости, акты разрушения, жестокости.

Яркие проявления агрессивности (дети кричат, падают на пол, топают ногами, визжат, могут царапаться, кусаться, драться) свойственны сильным, подвижным, активным детям, привыкшим к немедленному удовлетворению своих желаний. Единичные попытки такого поведения встречаются в этом возрасте у многих детей, однако привычными они становятся редко.

В 5 – 6 лет агрессивное поведение уже может рассматриваться как специфическая форма взаимоотношений ребёнка с другими людьми (в первую очередь со сверстниками).

Как же выявить агрессивного ребенка? Существуют определенные критерии агрессивности .

Ребенок:

1. Часто теряет контроль над собой
2. Часто спорит, ругается с взрослыми
3. Часто отказывается выполнять правила
4. Часто специально раздражает людей
5. Часто винит других в своих ошибках
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо
7. Часто завистлив, мстителен
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребенок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение не менее чем 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из перечисленных признаков.

Агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому что его агрессия – это прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому ненужным. Он использует любую возможность, стремиться разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых наказание. В действительности, это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое «место под солнцем».

Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

Каковы причины детской агрессивности?

1. О первой причине, о которой нужно подумать и исключить которую нужно в первую очередь, мы уже говорили – это то или иное заболевание центральной нервной системы.

В более легких случаях с детской агрессивностью работают родители в контакте с психологом или психоневрологом параллельно с лечением основного заболевания.

2. Другая причина детской агрессивности, пожалуй, самая распространенная среди детей дошкольного возраста, – это агрессивность как средство психологической защиты.

Всем известно, что у взрослых существует такая поговорка: «Лучшее средство защиты – это нападение». Дети дошкольного возраста, разумеется, этой поговорки не знают, но пользоваться психологическими механизмами, лежащими в её основе, вполне умеют. Как правило, такой способ защиты избирают дети с сильным типом нервной системы, обладающие холерическим или сангвиническим темпераментом. Для флегматиков такой способ защиты неприемлем, так как требует слишком много внешней активности, которой они избегают.

От чего же дети дошкольного возраста защищаются? Чаще всего они защищаются от сознательного или бессознательного неприятия их родителями или другими членами семьи,

и тогда их агрессивность служит лишь проявлением гораздо более серьезного и тяжелого по своим последствиям нарушения – отсутствия «базового доверия к миру».

3. Нарушение исследовательской активности также может являться причиной детской агрессивности.

Совсем маленький ребенок ногой ткнет в бок собаку и отбежит. Ударит песочной лопаткой сверстника и смотрит не зло, а с любопытством – что будет? Шлёпнет бабушку по щеке ладошкой и смеется. Бабушке обидно, а ему весело. Такой род «исследований» часто встречается у детей с нарушением развития эмоциональной сферы. Такие дети просто не способны оценить эмоциональные последствия своей активности. Для них, что постучать палкой по доске, что по спине соседа и то и другое всего лишь объект для исследования, интереса. Настоящей агрессивности в них поначалу нет, но когда их поступки встречают естественный отпор (для нас естественный, а для ребенка с эмоциональными нарушениями или завышенным болевым порогом совершенно непонятный), то они могут и “озвереть”, так как морально-нравственный компонент у детей находится в тесной связи с развитием тонкой эмоциональности.

4. Ещё одна причина детской агрессивности это различные нарушения семейного воспитания. Возможные варианты:

- ребенок рождается здоровым, физически активным, обладает лидерскими наклонностями и сильным типом нервной системы. А в семье чрезмерно ограничивают его активность, стараются защитить от всего, что может оказаться опасным;
- дефицит родительского внимания, неудовлетворенная потребность в родительской любви и принятии, при этом агрессия проявляется как способ проявления внимания;
- родители плохо заботятся об основных потребностях ребенка (сон во время, еда во время, общение), интересы ребенка игнорируются;
- депрессивное состояние родителей, жестокое обращение с детьми или с другими членами семьи, невнимание к ребенку, постоянное запугивание;
- вседозволенность и потакание всем детским желаниям, невнимание родителей к опасным переменам в поведении ребенка, отсутствие взаимопонимания и контакта с ребенком;
- личные особенности родителей: раздражительная мать, жестокий отец, психопатии, психические заболевания, пограничные состояния близких родственников;
- подкрепление нежелательных действий: гордость родителей за победу в драке (негативное внимание);
- Врожденные физические дефекты – факторы постоянно раздражающие ребенка, затрудняют полноценное взаимодействие с другими людьми и могут вызывать агрессию.

5. И наконец, еще один пример, когда за агрессивность принимают что-то другое.

Детское упрямство в возрасте от двух до четырех лет, ребенок настойчиво и достаточно последовательно отстаивает свою физическую автономию от родителей. «Не буду», «не пойду», «хочу», «я сам» – слышатся в этот период практически постоянно. Если на ребенка в это время очень «давить», то есть тащить его волоком гулять, когда он не хочет идти, или одевать насильно, когда он не хочет одеваться, то можно получить тот тип сопротивления, который легко принять за самую настоящую агрессивность. Но все же это не агрессия, а всего лишь сопротивление! Перестали «насиловать» ребенка, миновал кризисный возраст – и всю «агрессивность» как рукой сняло, словно её и не было.

Агрессивное поведение уже в дошкольном возрасте принимает разнообразные формы. В психологии принято выделять: вербальную (словесную) и физическую, каждая из которых может иметь прямые и косвенные формы.

Вербальная агрессия:

1. Косвенная вербальная агрессия направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях. В дошкольном возрасте это могут быть жалобы, демонстративный крик, направленный на устранение сверстника, агрессивные фантазии.
2. Прямая вербальная агрессия представляет собой оскорбления и вербальные формы унижения другого. Чаще всего дразнилки, оскорбления.

Физическая агрессия

1. Косвенная физическая агрессия направлена на принесение какого-либо материального ущерба другому, через непосредственные физические действия. В дошкольном возрасте это могут быть:
 - разрушение продуктов деятельности другого;
 - уничтожение или порча чужих вещей.
2. Прямая физическая агрессия представляет собой непосредственное нападение на другого и нанесение ему физической боли и унижение. Она может принимать символическую и реальную форму.
 - символическая агрессия представляет собой угрозы и запугивание.

Об агрессивности нельзя судить лишь по её внешним проявлениям, необходимо знать её мотивы и сопутствующие ей переживания. Очевидно, что каждый агрессивный акт имеет определённый повод и осуществляется в конкретной ситуации. Среди ситуаций, провоцирующих агрессивность детей, выделяются следующие.

- Привлечение к себе внимания сверстников.
- Ущемление достоинств другого с целью подчеркнуть своё превосходство.
- Защита и месть.
- Стремление быть главным.
- Стремление получить желанный.

Агрессия ребёнка может быть направлена на окружающих людей вне семьи, на близких людей, на животных, на себя, на внешние объекты, на символические и фантазийные объекты.

В целом для нормального развития личности ребёнка опасны не столько агрессивные проявления ребёнка, сколько реакция на них окружающих.

Как вести себя с агрессивным ребёнком для предупреждения агрессивного поведения детей существует широкий спектр возможностей. Специалистами (психологами, педагогами) разработаны специальные рекомендации для взрослых по работе над агрессивным поведением детей. Эти правила (**БУКЛЕТ**) позволяют в конфликтной ситуации с детьми и подростками обеспечить её позитивное разрешение конфликта и установить партнёрские отношения.

Как можно помочь агрессивным детям?

Существует три основных этапа в работе над агрессией.

1. Работа с гневом. Обучение приемлемым способам выражения гнева.

2. Обучение навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
3. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

1. Работа с гневом.

Прежде чем, мы будем говорить о приемлемых способах выражения гнева, хотелось бы, чтобы Вы обозначили какие способы есть у Вас. (Психолог раздает небольшие листки бумаги, на которых родители должны ответить на следующий вопрос: Как Вы выражаете свою злость?) Напишите, как минимум три способа. (Ответы тут же обрабатываются и записываются на доске). Теперь посмотрим, какие способы преобладают у вас. Какие из них наиболее эффективны на ваш взгляд и не будут касаться другого человека? (обсуждаются способы выражения злости и выделяются наиболее эффективные. Затем, в качестве подведение итогов, родителям раздаются памятки для них и их детей, в которых указано большое количество способов выражения злости, в том числе и те, которые обсуждались, также желающие могут дописать какие-либо недостающие способы на, их усмотрение.).

Способы выражения (выплескивания) злости

1. Громко спеть любимую песню
2. Пометать мячики в мишень
3. Попрыгать на одной ноге
4. Использовать стаканчик для криков, высказать все свои отрицательные эмоции
5. Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом.
6. Пускать мыльные пузыри
7. Устроить бой с боксерской грушей или подушкой
8. Полить цветы
9. Быстрыми движениями руки стереть с доски
10. Поиграть в настольный футбол (баскетбол, хоккей)
11. Устроить соревнование «Кто громче крикнет. Кто выше прыгнет. Кто быстрее пробежит»

2. Следующий этап или, можно назвать его способом, работы над агрессией является обучение навыкам распознавания и контроля эмоций.

Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивные. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих. Эмоциональный мир агрессивного ребенка очень скуден. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознавать свои и чужие эмоции.

Для того чтобы дети могли верно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и, прежде всего – ощущения своего тела (пояснить).

Еще один способ контролировать свои эмоции – это заявить о них. Для этого поможет игра «Камушек в ботинке» [2].

В эту игру полезно играть, когда ребенок обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт.

Игра проходит в два этапа.

Первый этап (подготовительный): «Случалось ли, что вам в ботинок попал камешек? Сначала камешек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка

или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда совсем крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвия бритвы краями». Далее вы говорите ребенку: «Случалось ли, что вы так и не вытряхнули камешек, а, придя домой, просто снимали ботинки?» Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но на утро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость – вот такие чувства обычно испытывают дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

Второй этап: «Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытаскиваем его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы, и не малые. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно поговорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Далее вы говорите: «Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете. Скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег стукнул меня портфелем». Расскажите. Что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушка в ботинке». И вы вместе оговариваете способ, как можно избавиться от «камушка». Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах.

Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы.

3. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

Агрессивные дети, как правило, не способны чувствовать состояние другого человека и не умеют вставать на его позицию. Их чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее.

Взрослым, которые взаимодействуют с таким ребенком, рекомендуется также говорить о своих чувствах и переживаниях. Например, ребенок разбросал игрушки, и вы ему говорите: «Ты – негодник. От тебя одни проблемы». Такое заявление вряд ли будет эффективным с агрессивным ребенком. А если вы скажете: «Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны». Таким образом, вы не обвиняете ребенка, не обзываете его и не оцениваете его. Вы говорите о себе, о своих ощущениях.

Игра – самый лучший способ веселого и занимательного времяпрепровождения, а также это лучший способ снять эмоциональное напряжение, тревоги, страх. На смену агрессии в игре приходит уверенность в себе, развивается позитивная самооценка, укрепляется эмоциональная сфера ребёнка.

Самое главное – попробуйте раскрепоститься сами, отдайтесь игре, ведь ребёнок непременно почувствует вашу искренность и оценит это.

Подводя итог сегодняшней теме, хочется еще раз сказать: «Зная причину, легче решить проблему».

1. Если Вы столкнулись с детской агрессивностью, не спешите паниковать или давить на ребенка.
2. Определитесь с причинами и постарайтесь их устранить.

3. Не забывайте, что такое поведение может быть ситуативным и быстро проходит при правильном поведении взрослого.
4. Помните, что помочь ребенку может только взрослый.
5. Развивайте собственные коммуникативные способности, расширяйте способы общения с детьми.

Почаще хвалите ребенка. Он должен ощущать, что в него верят: «Я знаю, ты этому обязательно научишься, у тебя уже стало лучше получаться». Только уверенность ребенка в том, что он любим, принят таким, какой есть, помогает ему добиться успеха.

Список литературы

1. Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Обухова Л.А. / Нетрадиционные формы работы с родителями // М.: 5 за знания, 2005
2. Фопель К. / Как научить детей сотрудничать // М.: Генезис, 2001